

مادر، کودک، بیش فعالی

خلاصه سخنانی در

راه‌های کاهش بیش فعالی

روش‌های افزایش دقت و تمرکز

سکینه اکبری

سرشناسه	اکبری، سکینه
عنوان و نام پدیدآور	مادر، کودک، بیش فعالی: خلاصه سخنانی در راه های کاهش بیش فعالی، روش های افزایش دقت و تمرکز / سکینه اکبری
مشخصات نشر	تهران: عصر کنکاش، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری	۱۰۰ص: ۱۴/۵×۲۱/۵ س م
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۳۱۵-۱۶-۲
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	کم توجهی در کودکان پرتحرک
موضوع	Attention-deficit hyperactivity disorder
موضوع	کم توجهی در کودکان پرتحرک - درمان
موضوع	Attention-deficit hyperactivity disorder-- Treatment
رده ی کنگر	۱۳۹۵ م ۲ الف / RJ ۵۰۶
ردیف دیو	۶۱۸/۹۲۸۵۸۹
شماره ی کتابخانه	۴۳۸۷۱۳۹



انتشار علم فرهنگی و آموزشی

عصر کنکاش

عنوان کتاب:	مادر، کودک، بیش فعالی
مؤلف:	سکینه اکبری
صفحه آرا:	ساغر ابوالقاسمی
طرح جلد:	عصر کنکاش
چاپخانه و صحافی:	اشراقی
نوبت چاپ:	اول
شمارگان:	۱۰۰۰ نسخه
قیمت:	۱۵ تومان
نشانی:	تهران - میدان انقلاب - ابتدای کارگر شمالی - خیابان فروتن - پلاک ۱۹
آدرس الکترونیکی:	www.asrekankash.ir
پست الکترونیکی:	asrekankash@gmail.com
تلفن:	۲۲۹۰ ۱۰ ۱۵ - ۶۶۹۰۷۳۹۴
سال چاپ:	۱۳۹۵

کلیه حقوق این کتاب برای ناشر محفوظ است.

فهرست

۹	مقدمه
۱۰	رفی کتاب
۱۷	با های کاهش بیش فعالی
۱۸	آشنایی با از
۲۲	آشنایی با تقو کننده ها
۳۵	وقتی رفتاری بد از کونکم سر می زد؟
۳۶	اشتباه تعدادی از اندی
۳۸	آشنایی با تنبیه ها
۳۸	خاموشی
۳۹	روش محروم کردن ازت قویت شب
۴۰	جریمه کردن
۴۱	حبران کردن
۴۲	تنبیه بدنی
۴۳	تنبیه روانی
۴۶	عوارض تنبیه
۴۷	روش های افزایش دقت و تمرکز
۴۸	توجه به تغذیه مناسب
۵۰	توجه به خواب کافی

- ۵۱ آشنایی با بازی های ساده
- ۵۲ بازی دنبال کردن الگو
- ۵۵ بازی حدس اشکال
- ۵۶ بازی تجسم
- ۵۶ بازی حدس حیوانات
- ۵۸ بازی به خاطر سپردن
- ۶۳ بازی چی داشته شده؟
- ۶۶ بازی پازل
- ۶۷ بازی مازها
- ۷۰ داستان گویی
- ۷۴ بازی تغییرات ظاهری
- ۷۵ بازی مهارت اجرای دستورالعمل ها
- ۷۷ بازی ترتیب اشیاء
- ۷۹ بازی تلفن زدن
- ۸۰ بازی آموزش رعایت نوبت
- ۸۱ بازی تاب بازی
- ۸۴ بازی املاء - مادر
- ۸۵ آموزش مهارت هایی به بچه مدرسه ای ها
- ۸۶ توجه به نظم و سازماندهی

- ۸۷ آموزش تعطیل شدن از مدرسه
- ۸۸ شرایط رفتن به مدرسه
- ۸۸ آموزش نحوه به یاد سپردن مطالب کتاب
- ۸۹ آموزش آماده شدن برای امتحانات
- ۹۱ یادآوری ها
- ۹۷ منابع

مقدمه

با توجه به عصر انفجار اطلاعات، در بین انبوه عظیمی از مطالب علمی به دنبال مطالبی کاربردی، سهل و آسان کم هزینه بودم و یا پیمد آن بسیار مشرثمر و پربار باشد.

- از کسب مطالب پرهیز نمودم.
- و به کیفیت مطالب توجه بسیاری نمودم.
- سرعت بالا در یادگیری
- عمق بیشتر در درک مطلب
- از توجه به کیفیت مطالب اجتناب.

کتاب از گفتار سه شخصیت (مادر، کودک، نویسنده) تشکیل می شود.

- * مادر: از فرصت هایی که برای آموزش کودک خلق کرده است و رفتارهای منفی و نامطلوب او را کاهش داده و رفتارهای مثبت و سازنده او را تقویت و نگهداری نموده است سخن می گوید.
- * کودک: از احساسات خود می گوید.
- * نویسنده: نکات مهم را به ما ارائه می دهد.

مادر، کودک، بیش فعالی

معرفی کتاب

در حال حاضر اختلال نقص توجه/ بیش فعالی را می‌توان مدیریت کرد. برای مدیریت آن باید تلاش کرد.

روش‌های روانی برای این کودکان عبارتند از:

۱- دارو درمانی

۲- رفتار درمانی

۳- آموزش والدین

۴- آموزش روش‌های روش به خود کودک

والدین می‌توانند در تداوم و بروز دیگر مشکل‌ها نقش داشته باشند.

یکی از راه‌های کمک به کودک بیش فعال روانی درمانی است.

آموزش تعامل سالم والدین با فرزند بیش فعال، اختلال را کاهش می‌دهد.

آیا نسبت به کودک بیش فعال نگرشی مثبت داری؟

به نیازها و مشکلاتشان توجه می‌کنی؟

مادر، کودک، بیش فعالی

مداخله مهم در این اختلال دارو درمانی است.

ویژگی‌های اصلی تشخیص عبارتند از:

- فقدان توجه

- بیش فعالی

- نکانش‌رری

کم توجهی

در دقت به جزئیات موفق نیستند. وقتی مستقیماً با او صحبت می‌کنید گوش نمی‌دهد. وسایل خود را اغلب گم می‌کند. فراموشکاری دارند. >

بیش فعالی

- وول می‌خورند.

- زیاد حرف می‌زند.

- می‌پرند.

- می‌دوند.

- ناآرام هستند.

- دست به کارهای خطرناک می‌زنند.

